

ECHELLES D'AUTO EVALUATIONS

Ce sont des échelles d'auto évaluation.

Elles ne mesurent que l'intensité.

I L'échelle visuelle analogique (EVA)

C'est la plus utilisée et la plus fiable. Elle se présente sous forme d'une ligne droite de 100 mm. A l'une des extrémités est indiqué : absence de douleur, à l'autre : douleur insupportable. Le patient place une marque entre ces 2 extrémités en fonction de l'intensité de sa douleur à un temps donné. En pratique, il s'agit d'une petite réglette en plastique munie, sur une face d'un curseur mobilisé par le patient, sur l'autre de graduations millimétrées lues par le soignant.

Elle a été mise au point pour la cotation de la douleur par Huskisson en 1974

II L'échelle verbale simple (EVS)

Parfois plus accessible au patient car moins abstraite. Elle lui propose une série de qualificatifs hiérarchisés allant de douleur absente à douleur intense en passant par douleur faible et modérée.

III L'échelle numérique

Elle présente une note de 0 à 100 que choisit le patient pour exprimer l'intensité de la douleur, 0 étant l'absence de douleur et 100 la douleur insupportable. Comme pour les deux échelles précédentes, la réponse peut être verbale ou écrite.

Ces trois échelles sont d'utilisation facile et rapide, mais elles ne mesurent que l'intensité de la douleur. En pathologie aiguë, post-opératoire par exemple, elles sont suffisantes. Dans les cas de douleur chronique, il est indispensable de recourir à des échelles plus complexes permettant de tenir compte des autres composantes de la douleur.

I. Echelle Visuelle Analogique (EVA)

Consigne au patient :

Nous vous proposons d'utiliser une sorte de thermomètre de la douleur qui permet de mesurer l'intensité de la douleur.

L'intensité de la douleur peut être définie par un trait tracé sur l'échelle comme dans l'exemple ci-dessous :

Pas de douleur | _____ V _____ | **douleur maximale imaginable**

Une extrémité correspond à la douleur maximale imaginable.

Plus le trait est proche de cette extrémité, plus la douleur est importante. L'autre extrémité correspond à pas de douleur.

Plus le trait est proche de cette extrémité, moins la douleur est importante.

II. Echelle Numérique.

Note : Cette échelle s'utilise aussi avec une réglette graduée au lieu d'un document papier. Le côté "muet" de la réglette est présenté au patient, qui fait glisser le témoin. Du côté du thérapeute est inscrit le chiffre à reporter.

Consigne au patient: Entourez ci-dessous la note de 0 à 10 qui décrit le mieux l'importance de votre douleur pour chacun des 3 types de douleur. La note 0 correspond à "pas de douleur". La note 10 correspond à la "douleur maximale imaginable".

Douleur au moment présent :

Pas de Douleur 0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 Douleur maximale imaginable

III Echelle Verbale Simple (EVS)

Pour préciser l'importance de votre douleur, répondez en entourant la réponse correcte pour chacun des 3 types de douleur :

| | | | | | |
|----------------|---------|--------|---------|---------|---------------------|
| Douleur au | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |
| moment présent | absente | faible | modérée | intense | extrêmement intense |